

# DISFRUTE SUS VACACIONES



## ¡Proteja a su familia del zika!

El zika es una enfermedad transmitida principalmente por los mosquitos, pero también una persona con zika puede transmitírselo por vía sexual a sus parejas sexuales.

## Infórmese antes de viajar

Lea sobre el zika en [cdc.gov/zika](http://cdc.gov/zika). Averigüe si en el lugar al que planea viajar hay zika y consulte el sitio sobre salud para viajeros de los CDC para ver los avisos de salud más actuales: [cdc.gov/travel](http://cdc.gov/travel)

## Lleve en su equipaje para prevenir

- Repelente de insectos (busque estos ingredientes: **DEET, picaridina, IR3535, aceite de eucalipto de limón o para-mentano-diol, o 2-undecanol**).
- Camisas de mangas largas y pantalones largos.
- Ropa y equipos tratados con permetrina.
- Mosquitero para el cochecito del bebé (si es necesario).
- Mosquitero para la cama (si los mosquitos pueden entrar al lugar donde va a dormir).
- Condones (si cree que va a tener sexo).



## Protéjase

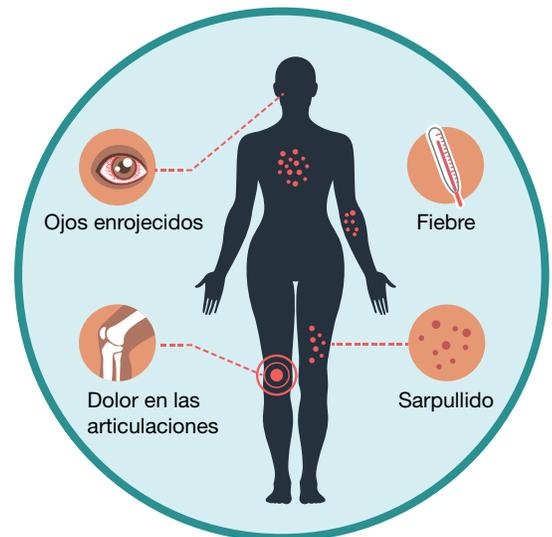
- Use repelente de insectos. Vuelva a aplicarlo según las indicaciones. Recuerde que se aplica primero el protector solar y luego el repelente de insectos.
- Cubra la piel expuesta siempre que sea posible.
- Permanezca y duerma en habitaciones con mallas o con aire acondicionado. Use un mosquitero para la cama si duerme al aire libre.
- El zika también se puede transmitir por vía sexual, así que use condón si tiene relaciones sexuales.



## Síntomas del zika

La mayoría de las personas con la enfermedad del virus del Zika no saben que están enfermas. Generalmente, la enfermedad tiene síntomas leves que duran aproximadamente una semana.

Los síntomas más comunes son:



## ¿Está embarazada? ¿Está intentado quedar embarazada?

El zika se ha asociado a algunos defectos de nacimiento. Las mujeres embarazadas no deben viajar a áreas con zika. Si su pareja viaja a estas áreas, usen condón o absténganse de tener relaciones sexuales durante el embarazo. Si está intentando quedar embarazada hable con su médico acerca de sus planes.

## DETENGA la propagación

- Esté atento a la aparición de síntomas cuando llegue a su casa.
- Llame a su médico de inmediato si sospecha que se enfermó con el virus del Zika.
- Use repelente de insectos durante 3 semanas después del viaje.
- [Use condón](#) si tiene relaciones sexuales.

Para obtener más información: [www.cdc.gov/zika](http://www.cdc.gov/zika)



U.S. Department of Health and Human Services  
Centers for Disease Control and Prevention